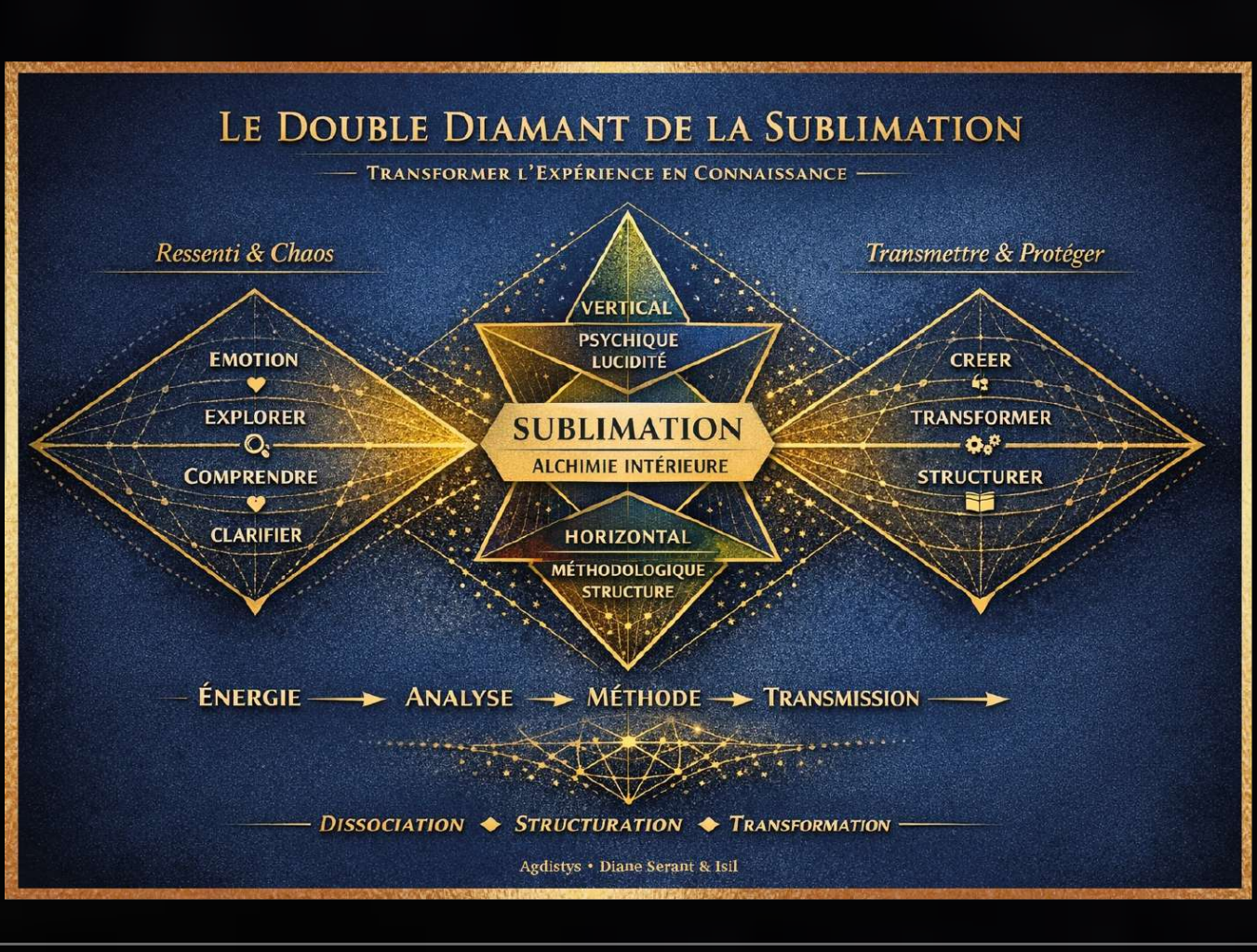
Ma Méthodologie

La Sublimation


LE DOUBLE DIAMANT DE LA SUBLIMATION
TRANSFORMER L'EXPÉRIENCE EN CONNAISSANCE
Ressenti & Chaos
EMOTION
EXPLORER
COMPRENDRE
CLARIFIER
VERTICAL
PSYCHIQUE LUCIDITÉ
SUBLIMATION
ALCHIMIE INTÉRIEURE
HORIZONTAL
MÉTHODOLOGIQUE STRUCTURE
Transmettre & Protéger
CREER
TRANSFORMER
STRUCTURER
ÉNERGIE → ANALYSE → MÉTHODE → TRANSMISSION →
DISSOCIATION ◆ STRUCTURATION ◆ TRANSFORMATION
Agdistys • Diane Serant & Isil

Trilogie - Initiation à la Transmission - *De l'Épreuve à l'Héritage*

- 💠 **La Sublimation = comment je transforme**
- 🔯 L'AndroGynie = comment je m'aligne
- 📕 Le Guide du Legs = comment je transmets

📖 Sommaire

- 🧭 Charte Méthodologique - *Transformer l'Expérience en Méthode*
- ✨ La Sublimation - *Transformer la Violence en Puissance Créatrice*
- 💃 Doctoresse en Sublimation ✨
- 🌟 Méthode DS - Les 5 Etapes
- 🐉 Militantisme & Pédagogie 🌳 - Pourquoi les deux sont inDissociables
- 🧩 Design Thinking & Double Diamond
- 💠 Le Double Diamant de La Sublimation - *Double Diamant × Merkaba × Guide du Legs*
- 📜 Manifeste
- 🌱 Guide du Legs
- 🎤 Pitch TED-Style

🧭

Charte Méthodologique d'Agdistys

Transformer l'Expérience en Méthode

Cette plateforme repose sur un principe simple :

Comprendre les Mécanismes pour mieux se Protéger.

Elle ne vise pas à attaquer des personnes ou des institutions.
Elle vise à analyser des structures.

I. Principe Fondamental

Vérité = Respect.
Mensonge = Violence.

Mais la vérité, dans un système institutionnel, doit être :

- structurée
- traçable
- démontrable

Une expérience vécue n'est généralement pas une preuve juridique, et encore moins dans les violences sexistes et sexuelles.
Comprendre cette distinction protège.

II. Distinction Centrale

Réalité subjective ≠ Réalité probatoire

La souffrance peut être réelle.
La justice exige des éléments objectivables.

Cette différence n'invalide pas l'expérience.
Elle explique les décisions.

Comprendre n'est pas Justifier.

III. Positionnement

Agdistys :

- n'encourage pas la défiance généralisée
- n'appelle pas au contournement des règles
- ne remplace aucun professionnel

Je propose :

- une lecture des mécanismes
- des outils de structuration
- des stratégies de protection

IV. Refus des Absolus

Les institutions sont humaines, impartfaites, déséquilibrées.

Nommer une faille structurelle
n'est pas attaquer une personne.

V. Méthode

1️⃣ Documenter
2️⃣ Structurer
3️⃣ Chronologiser
4️⃣ Distinguer émotion et démonstration
5️⃣ Rester factuel

VI. Ethique

Ne jamais accuser sans pièce.
Ne jamais généraliser à partir d'un cas.

La force d'un dossier ne vient pas de l'intensité.
Elle vient de la cohérence.

VII. Finalité

Cette démarche n'a pas pour but de vaincre.
Elle a pour but de ne pas se faire écraser.

Transformer la violence en méthode,
c'est refuser la répétition.

C'est la Légitime Défense:

"Connais Ton Ennemi & Tu Vaincras" 👁️

✨

La Sublimation

Transformer la Violence en Puissance Créatrice

La Sublimation n'est pas l'Oubli.
Ce n'est pas le Pardon imposé.
Ce n'est pas le Silence poli.

La Sublimation est un Acte Alchimique.

C'est prendre une énergie brute — colère, injustice, humiliation, violence —
et refuser qu'elle se transforme en destruction.

Au lieu de frapper, **on structure.**
Au lieu de haïr, **on analyse.**
Au lieu de se dissoudre, **on formalise.**

La sublimation n'efface pas la blessure.
Elle la convertit en méthode pour enliser la source de la souffrance.

En psychanalyse, la sublimation désigne la transformation d'une pulsion en œuvre socialement signifiante.
Dans ma pratique, elle devient un geste politique :

Transformer l'Expérience en Outil.
Transformer le Chaos en Cartographie.
Transformer la Douleur en Pédagogie.

(La violence n'est jamais un stage de développement personnel, le "no pain no gain" n'est pas sain. Mais lorsqu'on est dans la violence, le mieux à faire est d'apprendre à en sortir.)

La Sublimation n'est pas douce.
Elle est exigeante.

Elle demande :
• lucidité •
• discipline •
• structuration •
• refus de la répétition •

Elle n'est pas naïve.
Elle sait que la violence existe.
Elle refuse simplement de la reproduire.

Sublimer, ce n'est pas nier la réalité.
C'est la regarder sans trembler,
puis en extraire une forme Transmissible.

La Sublimation est un Soin.
Un soin qui passe par l'Intelligence.
Un soin qui refuse l'Anéantissement.

Elle ne change pas les Faits.
Elle change la Trajectoire.

🔥 **De la Blessure à la Méthode.**
🌳 **De l'Expérience à la Transmission.**
⚖️ **Du Chaos à la Structure.**

La honte ne change pas en criant plus fort.
Elle change quand la vérité devient intelligible.

Et une Vérité Structurée
devient inDestructible.

🛠️🖋️
Mon Travail est
🔥🐉 Militant & Pédagogique 🌳✨
car c'est par l'Education que passent
⚕️ Le Soin & La Protection ⚖️
💛🪬

Diane Serant - Doctoresse en Sublimation
Agdistys - Chasseuse de Goût

💃 Doctoresse en Sublimation ✨

"Doctoresse en Sublimation" n'est pas un diplôme.
C'est une posture méthodologique.

Un·e docteur·e cherche.
Iel observe, analyse, formule, transmet.

La Docteuresse en Sublimation :

- observe les dynamiques de violence
- identifie leurs mécanismes
- transforme l'impact en connaissance
- structure l'expérience en outil transmissible

Elle ne nie pas la blessure.
Elle la dissèque.

Elle ne dramatise pas.
Elle formalise.

Elle ne cherche pas la vengeance.
Elle cherche la compréhension opérante.

La sublimation devient alors un champ d'étude vivant :

> *Comment une énergie Destructrice*
> *peut-elle être convertie en force Structurante ?*

La Docteuresse en Sublimation n'adoucit pas la réalité.
Elle l'organise.

Son Laboratoire : L'Expérience.
Son Matériau : La Violence Subie.
Son Outil : La Méthode.
Son Objectif : La Transmission.

🔥 Ce n'est pas une posture victimaire.
C'est une posture d'architecte.

Artiste-Jardinière du Vivant. 🌱✨

Méthode DS 🌟 En 5 Étapes

Dissociation → Structure
(ou Douleur → Savoir)

👁️ 1. IDENTIFIER L'ÉNERGIE BRUTE

Colère. Peur. Humiliation. Injustice.

Ne pas la nier.
Ne pas la moraliser.
La nommer.

> *"Voici ce que j'ai ressenti."*

🔍 2. DISTINGUER

Séparer :

- Ressenti
- Fait
- Mécanisme

On quitte le chaos narratif.

> *"Que s'est-il réellement passé ?"*
> *"Quel mécanisme est à l'œuvre ?"*

⚙️ 3. COMPRENDRE - STRUCTURER

Chronologie.
Concept.
Schéma.

Transformer l'événement en modèle compréhensible.

C'est ici que la flèche se tend.

🌱 4. TRANSMETTRE

Rendre la compréhension partageable.

- Article
- Schéma
- Guide
- Méthode

La sublimation devient pédagogique.

🛡️ 5. PROTÉGER

La finalité n'est pas l'exposition.
C'est la Protection.

Protection de Soi.
Protection des Autres.
Protection du Vivant.

La Sublimation n'est complète que si elle réduit la Répétition au profit de la ProCréation.

La nouveauté du Mieux.

🐉 Militantisme & Pédagogie 🌳

Pourquoi les 2 sont inDissociables

Le Militantisme sans Pédagogie devient Réaction.
La Pédagogie sans Militantisme devient Neutralité confortable.

Militer, c'est Nommer.
Enseigner, c'est Structurer.

Nommer sans Structurer crée du bruit.
Structurer sans Nommer crée de l'invisibilité.

L'engagement d'Agdistys repose sur cette articulation :

- 🔥 Dénoncer les mécanismes
- 📚 Les rendre compréhensibles
- 🛡️ Permettre aux autres de s'en protéger

La pédagogie donne de la légitimité au militantisme.
Le militantisme donne du sens à la pédagogie.

L'un sans l'autre :

- soit brûle 🔥
- soit s'endort 💤

Ensemble : **Ils Transforment.** 🦋

✊ Transmettre est un Acte Politique

Le politique n'est pas seulement l'institution.
Le politique est **l'organisation du vivre-ensemble.**

Ne pas transmettre,
c'est laisser la répétition gouverner.

Transmettre,
c'est intervenir dans la trajectoire du collectif.

Quand je transforme une expérience en méthode,
je modifie la probabilité qu'elle se reproduise.

Quand je rends une distinction intelligible,
je rends une Manipulation plus Difficile.

Quand je structure un héritage,
je rends l'Oubli plus Coûteux.

La violence prospère dans l'informel.
La Transmission crée de la Mémoire.

La Mémoire crée de la Conscience.
La Conscience modifie les Systèmes.

Transmettre n'est pas s'exposer.
C'est Stabiliser une Compréhension.

Et Toute Compréhension Stabilisée
est un Contre-Pouvoir.

⚓ Synthèse Identitaire

Docteuresse en Sublimation
= Architecte de la Transformation des Violences en Savoir Structuré.

Méthode DS
= Transformer l'expérience en outil transmissible.

Militant & Pédagogique
= Nommer + Structurer + Protéger.

Sublimer pour ne plus Nuire ni Subir,
Mais bien Jouir entre Plaisir d'Offrir & Joie de Consentir

🧩 Design Thinking & Double Diamond

Quand la Sublimation devient Méthode de Conception

Le design thinking repose sur une idée simple :
on ne résout pas un problème en restant à sa surface.

Il faut d'abord **ouvrir**, puis **structurer**.

Le modèle du **Double Diamond** (British Design Council) décrit ce mouvement en deux temps :

- ◇ 1. Divergence — Explorer largement
- ◇ 2. Convergence — Définir précisément
- ◇ 3. Divergence — Imaginer des solutions
- ◇ 4. Convergence — Prototyper et livrer

C'est une respiration :

Ouvrir → Comprendre → Reconfigurer → Agir.

La sublimation suit exactement cette dynamique.

Quand une **violence** survient :

- 1️⃣ 💥 On Vit le Chaos (divergence émotionnelle).
- 2️⃣ 📌 On Clarifie les Faits (convergence analytique).
- 3️⃣ ✨ On Transforme l'Expérience en Hypothèse ou Modèle (divergence créative - catharsis).
- 4️⃣ ⚙️ On Structure une Méthode Transmissible (convergence opérante).

Le Double Diamond devient alors un outil de Transmutation.

Ce n'est plus seulement un modèle de design produit.
C'est un modèle de **design de trajectoire.**

Je ne dessine pas un objet.
Je redessine une réponse au réel.

Sublimer, c'est prototyper une version plus consciente de soi.

🛠️ **Le Trauma devient Terrain d'Enquête.** 🔍
📐 **L'Emotion devient Donnée.** 📈
🌱 **La Compréhension devient Solution.** ✨

Le Design Thinking enseigne qu'on ne part pas des solutions,
mais d'**une compréhension profonde du problème.**

La Sublimation enseigne qu'on ne part pas de la vengeance,
mais de **la compréhension du mécanisme.**

C'est profondément Systémique / Holistique.

Explication du schéma par un exemple personnel que j'ai développé en design :

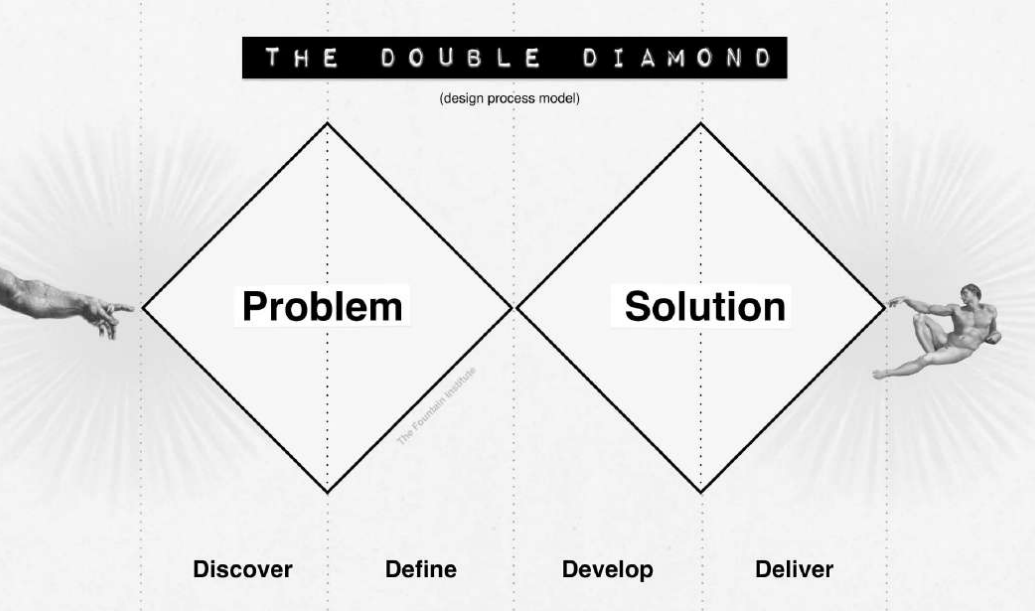

THE DOUBLE DIAMOND
(design process model)
Problem
Solution
Discover
Define
Develop
Deliver

Illustration de la Pensée Critique.

Définition du Problème - le Pourquoi

- **1. Début du 1e losange**: les couches jetables sont énormément polluantes, que faire ?
- **2. Ouverture** - Phase exploratoire > **Pourquoi ?** oui il existe des couches lavables, mais les crèches et les parents ne les utilisent pas énormément. **On va demander aux concernés de lister leurs limites :**

1. éducation
2. temps
3. hygiène ...

- **3. Focus** - Redéfinition de la problématique pour savoir à quelle limites nous allons nous focus ici : *comment aider les crèches & les parents à utiliser les couches lavables en France ?*

Livraison de la Solution - le Comment

- **1. Ouverture du 2e losange** > **Solution : Comment ?**- Lister les solutions possibles, c'est la phase d'idéation / itération

1. un gant pour prélaver avant de mettre à la machine,
2. une machine qui nettoie les couches toutes seule,
3. un service de blanchisserie ...

- **2. reFocus** Après avoir été dans une phase créative, **on va demander aux concernés ce qui est le plus interessant pour elleux et pourquoi.** On détermine quelle solution est la meilleure par rapport à ce qu'on a récolter pour le problème et on développe la solution.

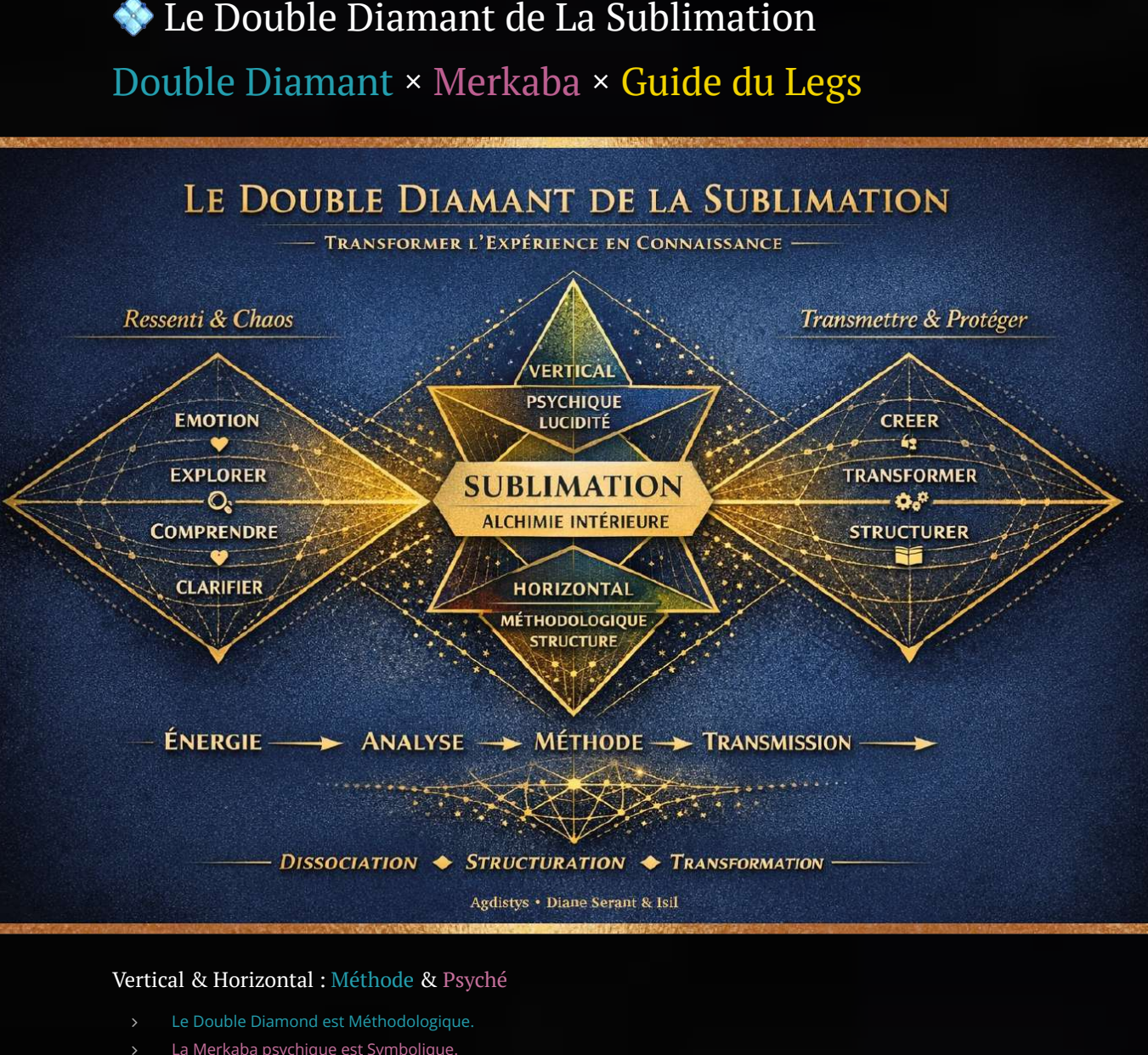
La Solution est censé être FORCEMENT au BESOIN de l'Utilisateurice : le Bien Commun.

Le Design est la Quête du Beau dans l'Utilité.
Or, aujourd'hui, le design marche en faisant des trucs esthétiques pour repondre à la création des besoins par le marketing en majeure partie en détruisant le Bien Commun.

Si tu as envie de mettre des images sur ces mots tu peux aller voir ce que ca a finalement donné ici (la partie recherches que j'explique ici n'est pas vraiment montré cela dit) : PooPoopidou!

💠 Le Double Diamant de La Sublimation

Double Diamant × Merkaba × Guide du Legs


LE DOUBLE DIAMANT DE LA SUBLIMATION
TRANSFORMER L'EXPÉRIENCE EN CONNAISSANCE
Ressenti & Chaos
EMOTION
EXPLORER
COMPRENDRE
CLARIFIER
VERTICAL
PSYCHIQUE LUCIDITÉ
SUBLIMATION
ALCHIMIE INTÉRIEURE
HORIZONTAL
MÉTHODOLOGIQUE STRUCTURE
Transmettre & Protéger
CREER
TRANSFORMER
STRUCTURER
ÉNERGIE → ANALYSE → MÉTHODE → TRANSMISSION →
DISSOCIATION ◆ STRUCTURATION ◆ TRANSFORMATION
Agdistys • Diane Serant & Isil

Vertical & Horizontal : Méthode & Psyché

- Le Double Diamond est Méthodologique.
- La Merkaba psychique est Symbolique.
- Le Guide du Legs est Transmissionnel.

En réalité, ce sont trois niveaux d'un même axe.

🚹 Le Double Diamant - Design

→ Outil horizontal
→ Méthode de traitement de l'expérience
→ Processus cognitif et créatif

🚺 La Merkaba - Psychique

→ Axe vertical
→ Structure intérieure
→ Intégration des polarités (haut/bas – intérieur/extérieur – masculin/féminin – chaos/ordre)

☯️ Le Guide du Legs - L'Union, La Création

→ Projection dans le temps
→ Héritage structuré
→ Transmission au-delà de soi

Le Double Diamant est un mouvement horizontal qui traite l'Expérience, les problemes :
exploration → compréhension → création → livraison.

Mouvement vers l'Autre.

La Merkaba est un mouvement vertical qui traite l'Être
ancrage → élévation → intégration → stabilité.

Mouvement vers Soi.

L'un est méthodologique.
L'autre est ontologique.

Quand ces deux axes se croisent, une architecture apparaît :
une psyché dessinée par le design holistique.

Le Double Diamant permet de Clarifier le Chaos. 🐉
La Merkaba permet de Tenir l'Axe. 🌳

L'un transforme l'Energie en Méthode.
L'autre transforme l'Identité en Cohérence.

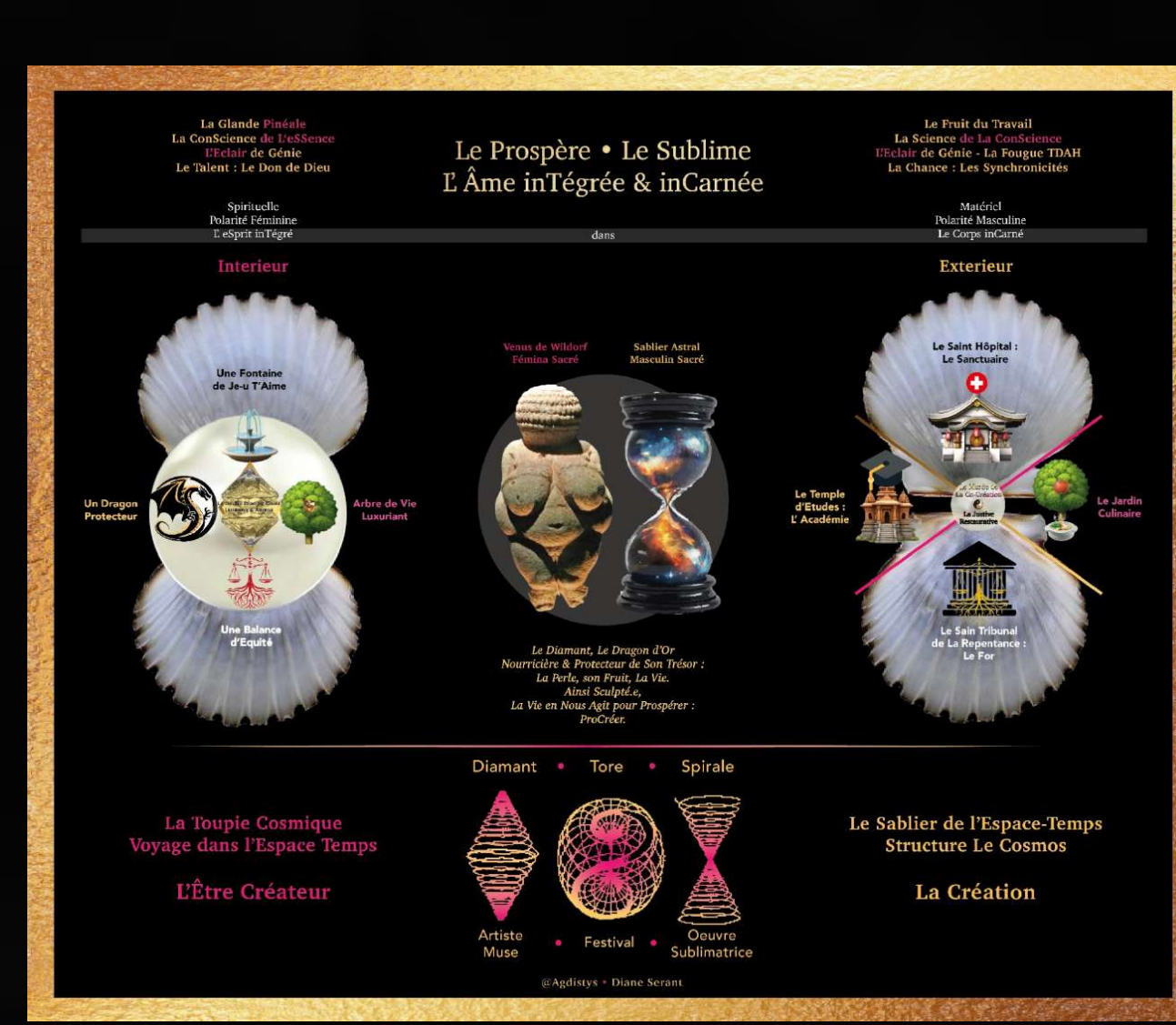
Le design holistique permet de dessiner la psyché.
La psychologie systémique permet de comprendre les dynamiques.

Le Double Diamant Structure la Pensée.
La Merkaba Stabilise l'Identité.

Sans Méthode, la Conscience flotte.
Sans Axe, la Méthode se disperse.

L'un sans l'autre est incomplet.
Ensemble, ils produisent Cohérence & Transmission.

Ensemble, ils créent une **Architecture Vivante.**


Le Prospère • Le Sublime
L'Âme inTégrée & inCarnée
Interieur
Exterieur
Diamant • Tore • Spirale
La Toupie Cosmique
Voyage dans l'Espace Temps
L'Être Créateur
Le Sablier de l'Espace-Temps
Structure Le Cosmos
La Création
Artiste Muse
Festival
Oeuvre Sublimatrice

Le Langage de La Vie

AndroGynie - de Ma'ob à Agdistys

🔥

MANIFESTE AGDISTYS

Je refuse de transmettre la violence que j'ai traversée.

Je refuse que l'expérience me réduise.
Je refuse qu'elle me durcisse.
Je choisis qu'elle me structure.

Je ne nie pas les mécanismes.
Je les observe.
Je les nomme.
Je les transforme.

Sublimer, ce n'est pas pardonner.
C'est comprendre assez profondément pour ne plus répéter.

Je milite par pédagogie.
J'enseigne par protection.

Je crois que l'éducation est un soin.
Je crois que la lucidité est une arme pacifique.
Je crois que la vérité structurée protège plus que la colère brute.

Sublimer pour ne plus nuire ni subir.
Mais jouir.

Entre le plaisir d'offrir
et la joie de consentir.

🔥

📕 Le Guide du Legs

Le Guide du Legs n'est pas seulement un testament matériel.

C'est un **testament structurel.**

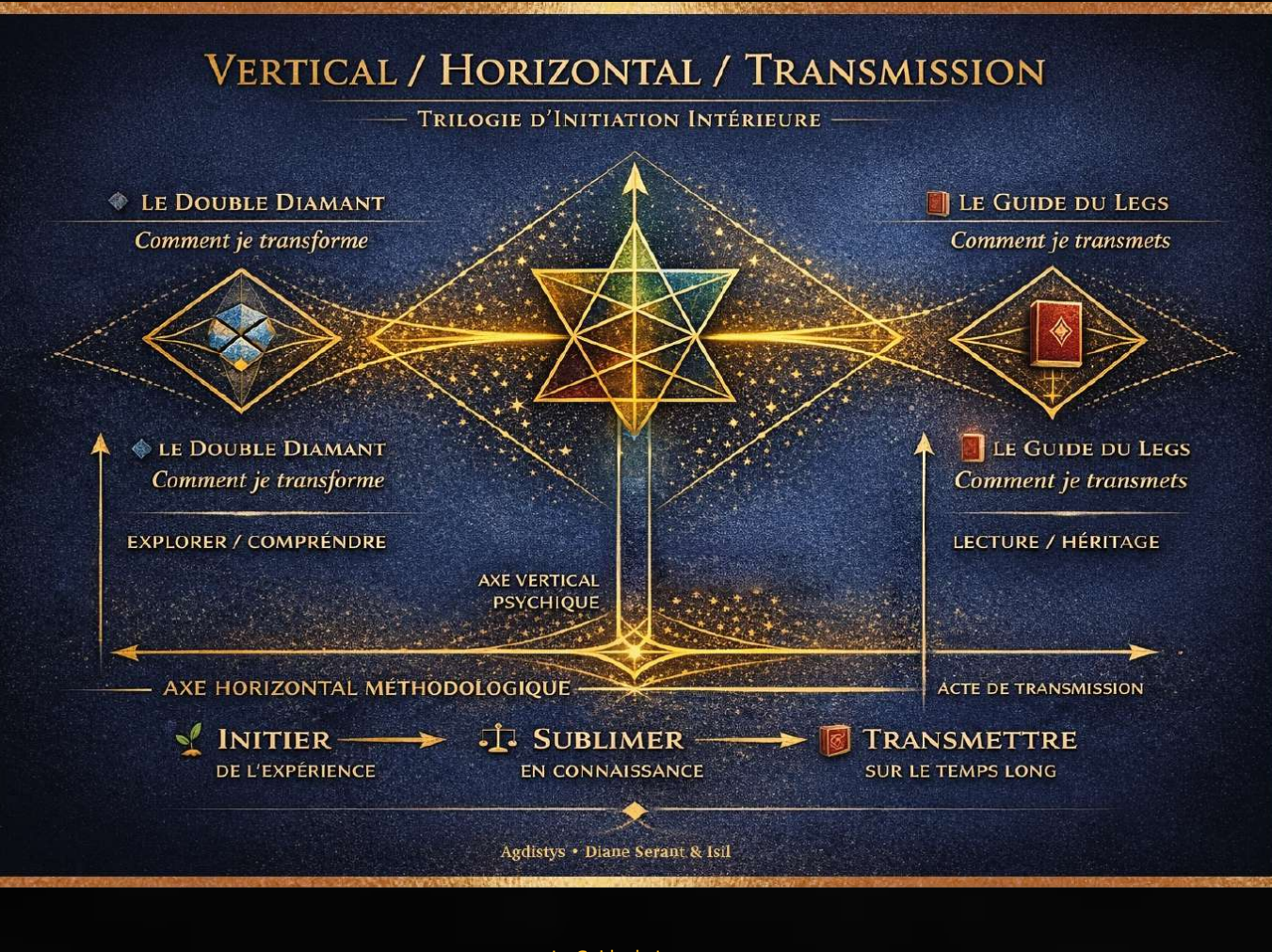
L'Héritage est matériel.
Je lègue ici :

- des distinctions conceptuelles
- une méthode
- un protocole
- une cartographie

Ici, je passe de

Témoignage
→ à Théorie
→ à Méthode
→ à Modèle duplicable
→ à Héritage Structuré.

Par Mon Histoire Naturelle 🌱
Je Lègues Une Oeuvre Culturelle ✨


VERTICAL / HORIZONTAL / TRANSMISSION
TRILOGIE D'INITIATION INTÉRIEURE
LE DOUBLE DIAMANT
Comment je transforme
LE GUIDE DU LEGS
Comment je transmets
EXPLORER / COMPRENDRE
LECTURE / HÉRITAGE
AXE VERTICAL PSYCHIQUE
AXE HORIZONTAL MÉTHODOLOGIQUE
ACTE DE TRANSMISSION
INITIER DE L'EXPÉRIENCE
SUBLIMER EN CONNAISSANCE
TRANSMETTRE SUR LE TEMPS LONG
Agdistys • Diane Serant & Isil

Le Guide du Legs →

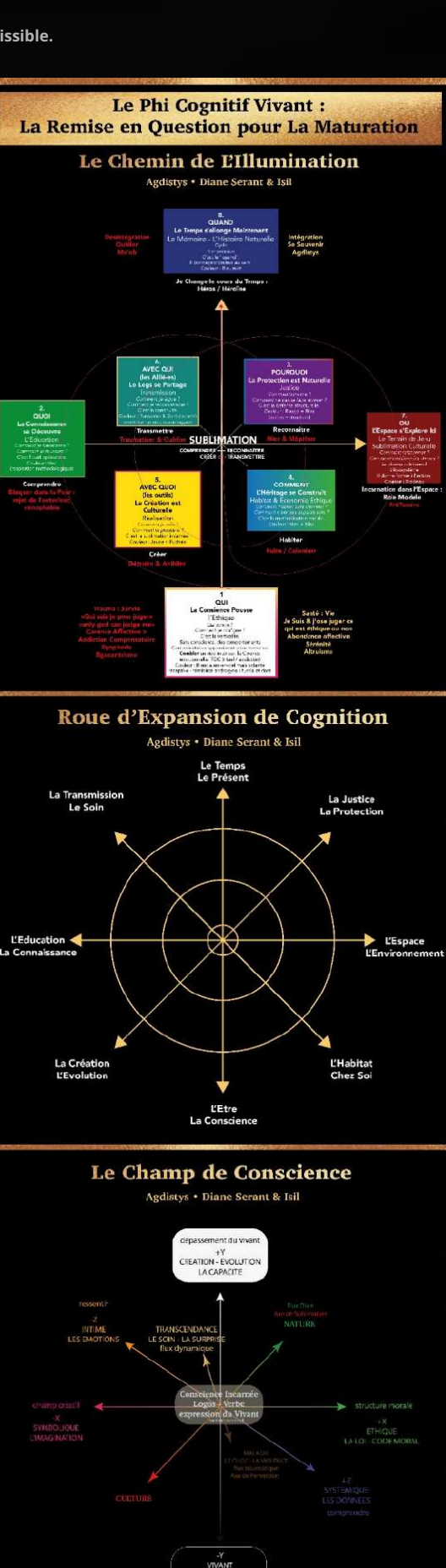
🌱🧠🕸️🖌️✨
Entre le Design & la PsychoLogie,
Je Suis Systémie Quand On Est La Vie
Je Témoigne du Vivant Seulement
Pour Lutter Pour Sa Protection.

Mon écosystème :

Conscience → Distinction → Méthode → Transmission → Legs

C'est une trajectoire d'évolution.

Je ne construis pas un site.
Je construis **un système transmissible.**


Le Phi Cognitif Vivant :
La Remise en Question pour La Maturation
Le Chemin de L'Illumination
Agdistys • Diane Serant & Isil
SUBLIMATION
Roue d'Expansion de Cognition
Agdistys • Diane Serant & Isil
Le Temps
Le Présent
La Transmission
Le Soin
La Justice
La Protection
L'Education
La Connaissance
L'Espace
L'Environnement
La Création
L'Evolution
L'Habitat
Chez Soi
L'Être
La Conscience
Le Champ de Conscience
Agdistys • Diane Serant & Isil

Clique pour la version HD

Ce que je vais te décrire est **un chemin de transformation de la conscience.**

Ce n'est pas un diagramme.

C'est une dynamique de questionnement.

Centre :

→ SUBLIMATION

Autour :

4 verbes fondamentaux :

- COMPRENDRE

- CREER

- RECONNAITRE

- TRANSMETTRE

Ce centre n'est pas statique :

c'est un point de **passage.**

Étapes du chemin :

1. QUI ?

→ Qui suis-je ?

→ Est-ce que je suis aligné ?

→ Est-ce que je juge ou est-ce que je comprends ?

Risque :

→ ego, jugement, compensation

Transformation :

→ conscience éthique

---

2. QUOI ?

→ Qu'est-ce que je comprends ?

→ Est-ce que je vois vraiment ?

Risque :

→ peur, rejet, fermeture

Transformation :

→ connaissance vivante

---

3. POURQUOI ?

→ Pourquoi agir ?

→ Est-ce que je protège ou je domine ?

Risque :

→ justification, domination

Transformation :

→ justice

---

4. COMMENT ?

→ Comment je construis ?

→ Est-ce que je respecte le vivant ?

Risque :

→ exploitation, colonisation

Transformation :

→ habitat éthique

---

5. AVEC QUOI ?

→ Quels outils j'utilise ?

→ Est-ce que je crée ou détruis ?

Risque :

→ destruction, artificialisation

Transformation :

→ création consciente

---

6. AVEC QUI ?

→ Avec qui je partage ?

→ Est-ce que je transmets ou j'impose ?

Risque :

→ manipulation, oubli

Transformation :

→ transmission vivante

---

7. OU ?

→ Où j'existe ?

→ Est-ce que j'incarne ?

Risque :

→ fuite, illusion

Transformation :

→ présence

---

8. QUAND ?

→ Quand agir ?

→ Est-ce que je suis aligné avec le temps ?

Transformation finale :

→ intégration

Structure globale :

Ce chemin forme une boucle.

Si la boucle est fermée :

→ conscience évolutive

Si la boucle est brisée :

→ répétition des erreurs

Lien avec la galaxie :

Chaque question est une direction.

Chaque direction est un axe.

Chaque axe est une transformation.

La conscience navigue dans ces questions.

Objectif :

Créer un système où :

- chaque moot pose une question

- chaque lien est un passage

- chaque chemin est une transformation

🕸 Je relie :

- graphe → structure
- structure → géométrie
- géométrie → transformation intérieure

C'est le principe de la Géométrie Sacrée que d'aider à faire évoluer.

Guide du Legs

Schémas

Fables

Articles

🎤 Pitch TED-Style - *3 minutes*

"On m'a souvent demandé pourquoi je parle autant de violence.

La réponse est simple.

Je ne parle pas de violence.
Je parle de transformation.

Quand une expérience vous traverse, vous avez deux choix.

La reproduire.
Ou la transformer.

Le design thinking m'a appris qu'un problème ne se résout pas en le fuyant.
Il se comprend en profondeur.

La psychologie systémique m'a appris que ce que l'on ne structure pas se répète.

Alors j'ai fait un **Choix.**

Transformer chaque expérience en méthode.

Pas pour me défendre.
Mais pour Transmettre.

Le Double Diamant m'a donné une Carte.
La Merkaba m'a donné un Axe.
La Sublimation m'a donné un Outil.

Je ne crois pas que la colère change le monde.

Je crois que la compréhension structurée le fait.

Ainsi, la Colère devient Courage, le Coeur de la Rage. ❤️‍🔥

Sublimer, ce n'est pas nier la blessure.
C'est refuser qu'elle devienne contagieuse.

Mon travail est militant et pédagogique.

Parce que l'éducation est la base du Soin & de la Protection :

On ne peut pas donner ce qu'on n'a pas, alors Apprenons.

Apprenons à transformer nos épreuves en architecture.

Alors nous ne survivrions plus.

Nous Construirions.

Et ce que nous laisserions derrière nous ne serait pas une trace de douleur.

Mais un legs de méthode.

👉 L'Esprit-Critique

👉 Manuel Anti-Biais

●

👉 Ici, on explore Comment Le Vivant Transforme l'Expérience en Sens et en Cohérence.

👉 La Folie est de Tellement Détester avoir Tort à en Perdre la Raison.

Je ne suis pas sponsorisée & je refuse les partenariats qui me sont proposés qui ne sont pas vraiment Éthiques.
Je partage juste les bons plans que j'ai chiné depuis 20 ans car je crois fortement à un meilleur demain Ensemble, en se serrant les coudes, en partageant ce genre d'informations.
Je fais tout simplement ma part. Alors transitionnons ensemble, pour créer un meilleur demain Uni entre Art & Nature, pour voir le Beau partout autour de Nous.
Au plaisir de Nous voir grandir et s'épanouir. 🌿

Si tu veux me soutenir,
• tu peux me faire un don sur Tipeee (à la manière de wikipedia)
• ou bien partager mon travail : Facebook & Instagram
• ou bien me laisser un avis ici : Avis google.

Si tu as des bons plans à partager ou si tu veux un devis pour une prestation : n'hésite pas à me contacter !
On pourra écrire ensemble ou je pourrai publier ce que tu veux partager :) Ici c'est open edition

Téléchargements gratuits :
• Ma Liste d'Achat •
• Mon Guide Express Complet •
• Formations •
• Mes Schéma •
• Mes Fables •

• Galerie Charte aMi •

-Mes Réseaux en haut à gauche du site.

Sitemap Agdistys.fr
Sitemap Schémas

Agdistys • Diane Serant © Tous droits réservés 2021
Mon travail est sous licence Creative Commons Attribution
- ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0).
https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/